いわて生協／くらしの情報誌ハローコープ

HELLOコープ

2021
冬号
No.176
（年5回発行）

COOP IWATE いわて生活協同組合

いわて生協 30th 地域生協 50th 私らしいくらしのそばに

2021年度も
30周年記念事業に
取り組みます

2～3ページ
これいいね！ラブコープ商品

アイコープ
産直若鶏肉だんご
商品プレゼントは3ページをcheck！

6～9ページ
特集
世界の笑顔につながる
コープ商品
COOP×SDGs

バックナンバーや
「取材こぼれ話」は
ホームページで
いわて生協

私がコープ商品・産直品の魅力を発信するよ！

アイコープ産直若鶏肉だんご

「いろいろな料理に使えて便利」と人気の「アイコープ産直若鶏肉だんご」。商品のこだわりを、開発や製造に携わるメーカーのお二人にお聞きしました。

「アイコープ産直若鶏肉だんご」を素揚げして、甘酢あんを絡めて。お弁当のおかずにもピッタリ！（阿部美穂さんおすすめ）

昭産商事㈱
盛岡支店 営業課支店次長
高橋 貴広さん

㈱昭和食品
東北事業部営業部課長
南向（みなみむかい） 正人さん

何度も調整し、納得の味へ

「『アイコープ産直若鶏肉だんご』が誕生したのは、２０１０年。当時、いわて生協さんではさまざまなオリジナル商品の開発をすすめており、そのひとつとして、鶏肉だんごにも取り組みました。開発に参加した盛南コープの組合員の方々に何度も試食していただき調整を重ねたことで、組合員さんも納得のいく商品が完成しました」と、開発に携わった昭産商事の高橋さんは振り返ります。

素材にこだわり、工夫を凝らして

「一般の肉だんごとの大きな違いは『素材へのこだわり』です。いわて生協さんならではの鶏肉だんごを作るからには『生産者の顔が見える素材を』と、主原料の鶏肉は、くさみがなく、すっきりとした味わいの『産直若鶏のむね肉』を使用。原材料の約１割を占める玉ねぎは、国産に限定しました。そして、素材の味わいを楽しんでいただけるよう、薄味に仕上げました。さらに、開発に参加した組合員さんの『アイコープ商品として、できるだけ添加物を使わずに』という思いを生かして、原料の結着をよくするために市販の肉だんごに使われる〝リン酸塩〟を使っていません。玉ねぎがバラバラにならないよう、原料選びとそれぞれの配合に苦労しました」と高橋さん。

製造を手がける昭和食品の南向さんは、「肉だんごは、お子さんも食べやすいようにやや小ぶりに。また、なめらかな食感とジューシー感を出すために、油で揚げた後に蒸すなど、工夫を凝らしています」と話します。

変わらぬ味で、これからも

「『アイコープ産直若鶏肉だんご』は、発売以来一度もリニューアルすることなく、開発当初の仕様のままご利用いただいているロングセラー商品です。アレンジしやすい商品にできたことが、この人気につながっていると思います。これからもご期待に沿えるよう、品質を守って作り続けます」と南向さん。

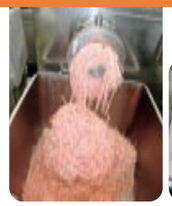
「加熱済みなので、忙しい時には電子レンジで温めるだけでも食べられます（10個の場合５００wで3分30秒）。白くて薄味、料理の邪魔をしない名脇役のような商品です」と高橋さん。

食卓の〝もう一品〟やメインに、「アイコープ産直若鶏肉だんご」をぜひご利用ください。

アイコープ産直若鶏肉だんご ができるまで

昭和食品前橋第二工場工場長の大塚正明さんのコメントとともに紹介！

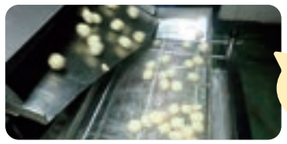
1 | 原料の準備・配合・攪拌（かくはん）



鶏肉を挽肉に、玉ねぎをみじん切りに。原料を混ぜ合わせる。

玉ねぎは４ミリ角に。大きさにムラがあると口当たりが悪くなるので、刃のメンテナンスを定期的に行っています。

2 | 成形・油調理



配合した原料をポンプで送り、１個約15gのだんご状に形を整える。130～140℃の油で揚げる。

白く仕上げるため、その日の最初の油を使います。

3 | スチーム・凍結・点検

スチームで蒸し上げ、鮮度を保つために急速凍結。

形の悪いものを取り除き、異物がないか目視で点検します。

4 | 計量・包装

包装後、機械で異物検査を行い、重量を確認する。

生協へ出荷

時短料理に大活躍！

阿部 美穂さん（奥州市）

仕事を終えて帰宅したら、お腹をすかせた子どもたちに少しでも早く夕飯を食べさせたい。そんな毎日に「アイコープ産直若鶏肉だんご」は大活躍しています。

冷凍のまま調理できて、１袋で４人家族が十分食べられる量。子どもたちは、素揚げした肉だんごに甘酢あんを絡めて出すと大喜び。素揚げすると、表面はカリッと、中はふわっとやわらかな食感になるのでおすすめです！

coop
産直若鶏肉だんご 冷凍

400g 本体価格 284円（税込306円）

店舗：魚菜市場を除く各店で取り扱い
宅配：11月4週号表紙でご案内

Present

商品プレゼント 5名様に

「アイコープ産直若鶏肉だんご」を含む産直若鶏の加工品の詰め合わせ

ご希望の方は、「商品プレゼント係」と明記し、19ページ下の応募方法・応募先を参照の上、ご応募ください。

応募締切　12月10日（金）
当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

お届けは12月末ごろの予定です。

今日からつくれる
役立ちレシピ

アイコープ産直若鶏肉だんごを使ったメニュー

どんな料理にも合う薄味の肉だんご。簡単メニューにどんどん使いましょう！

肉だんごの味噌煮込みうどん

おいしいコープのレシピ

材料（２人分）
産直若鶏肉だんご……10個（約150g）
ゆでうどん……２玉
卵……２個
小松菜（長さ3㎝に）……２株（約70g）
人参（短冊切り）……30g
A
- だし……600㎖
- 味噌・みりん……各大さじ1と1/２
- 醤油……大さじ1

作り方
❶ 鍋にAを入れて火にかけ、煮立ったら、人参と凍ったままの肉だんごを入れて中火で煮る。
❷ 再び煮立ったら、ゆでうどんを入れて軽く混ぜ、卵を割り入れて弱火で煮る。
❸ 小松菜を加えてさらに１分煮る。
■１人分　498kcal、食塩相当量3.8g

肉だんご入りかぼちゃ煮

佐藤　麻子さん（盛岡市）

材料（4人分）
産直若鶏肉だんご……12個（約180g）
冷凍かぼちゃ……200g
A
- 水……80㎖
- めんつゆ（濃縮4倍）……大さじ1と1/２
- 酒・みりん……各大さじ1

作り方
❶ 耐熱容器にAと、凍ったままのかぼちゃと肉だんごを入れる。
❷ ラップをかけて電子レンジ（5 00W）で6 分加熱する。
❸ かぼちゃと肉だんごを裏返しラップをかけて再度４分電子レンジで加熱し、そのまま冷まして味を含ませる。
■１人分　160kcal、食塩相当量1.4g

肉だんごと卵の親子袋煮

大川原 和恵さん（滝沢市）

材料（５個分）
産直若鶏肉だんご……10個（約150g）
卵……5個
油揚げ……5枚
長ねぎ（斜め切り）……1/２本
A
- めんつゆ（濃縮4倍）……大さじ3
- 砂糖……大さじ1
- 水……500㎖

作り方
❶ 油揚げは熱湯をかけて油抜きし、片方の端を切り落とす。
❷ 油揚げ１枚を開いて凍ったままの肉だんご２個と卵１個を入れ、爪楊枝で口を閉じる。
❸ ②を５つ作り、小鍋に立てて並べる。Aを入れ火にかけ、沸騰したらねぎを入れ、落し蓋をして、中火で約10分煮る。
※卵は器に割り入れてから油揚げに入れると作りやすいです。
■1個分 223kcal、食塩相当量1.9ｇ

HELLOコープのレシピは、いわて生協のホームページ「お料理レシピ」でご覧になれます。

お肉たっぷり簡単ボロネーゼ

材料（２人分）
産直若鶏肉だんご…10個（約150g）
玉ねぎ（みじん切り）……1/２個分
オリーブオイル……大さじ１
にんにく（みじん切り）……1/２片分
太めのスパゲティ……160g
モッツァレラチーズ……50g
A
- コンソメスープの素（固形）‥1個
- トマト缶（あらごし）……300g
- 水……150㎖

B
- アイコープだしたっぷりつゆ（3倍）……大さじ1/２
- 塩・こしょう……各適量

作り方
❶ フライパンにオリーブオイルを入れ、にんにくを入れて香りが出たら玉ねぎを加えて弱火でじっくりと炒める。
❷ ①に凍ったままの肉だんごとAを入れ、沸騰したら中火にし、途中で肉だんごをくずしながら約10分煮込み、Bを加えて味を調える。
❸ パスタを袋の表示時間より１分短く茹で上げ、②に加えてソースを絡める。
❹ 器にパスタを盛り付け、モッツァレラチーズをのせる。
■１人分　５５５kcal 食塩相当量３２g

星子'S レシピ

千葉星子さん（フリーアナウンサーにして料理研究家）のオリジナルレシピ！

肉だんごの中華炒め

材料（４人分）
産直若鶏肉だんご……16個（約240g）
チンゲン菜（大きめの一口大）‥２株分
パプリカ（大きめの一口大）……１個分
しめじ（ほぐす）……1/２袋分
B（生姜・セロリ（みじん切り）‥各10g
A
- 水……大さじ3
- 酒……大さじ1
- 醤油・オイスターソース・片栗粉……各大さじ1/2
- 砂糖……小さじ1/２

ごま油・サラダ油……各適量

作り方
❶ 肉だんごは電子レンジ（5 00W）で3 分加熱し解凍する。
❷ Aを混ぜ合わせておく。
❸ フライパンにサラダ油を熱し、Bを香りが出るまでさっと炒める。
❹ ①とチンゲン菜、パプリカ、しめじを加え、しんなりしてきたら②を加える。
❺ 火を止めてごま油を回しかける。
■１人分　16 9kcal 食塩相当量1.3g

子どもたちが安心して質の高い教育を受けられるよう取り組んでいます。

アンゴラの子どもの状況

5歳未満児の死亡率
約12人に1人

教育を受けていない子ども
5人に1人

6 安全な水とトイレを世界中に　4 質の高い教育をみんなに

CO・OPコアノンスマイルスクールプロジェクト

アンゴラの子どもたちにやさしい学校を

紙芯のないトイレットペーパー「コア（芯）ノン（なし）」。コアノンシリーズの商品を1パックお買い上げいただくごとに、1円がユニセフを通じてアンゴラ共和国に寄付されます。

アンゴラは、アフリカ南西部の共和国。約30年続いた内戦が2002年に終結しましたが、子どもの健康や教育などの課題が多く残っています。ユニセフは「子どもにやさしい学校づくり」を通して、アンゴラのすべての子どもたちが安心して楽しく学校に通い、質の高い教育が受けられることをめざしています。全国の生協では、2010年からユニセフのこの取り組みを支援しています。

新型コロナウイルスは、アンゴラの社会・教育にも大きな影響を与えています。20年春のパンデミックで学校は閉鎖。同年10月から徐々に再開し始めました。ユニセフは、コロナ禍でも安全に学校が運営できるよう、校長や教員、PTAメンバーへの感染対策等の研修を実施。また、学校の水飲み場や手洗い場の設置、学校再開に向けた衛生物資や学習資材の提供などに取り組みました。プロジェクトで支援した学校に通う子どもの数は、コロナ禍の前より増えています。

私たちが毎日使うトイレットペーパーで、アンゴラの子どもたちを支援していきましょう。

1 CO・OPコアノンシリーズ
いずれかをお買い求めください

co-op ワンタッチ芯までロール
シングル150m×6ロール
ダブル75m×6ロール

co-op やわらかワンタッチコアノン
シングル130m×6ロール
ダブル65m×6ロール

co-op コアノンロール
※専用の芯棒が必要です
シングル150m×6ロール
ダブル75m×6ロール

co-op めっちゃ長いトイレットペーパー
シングル225m×4ロール

2 1パックにつき1円をユニセフを通してアンゴラ共和国に寄付

第10期（19年11月～20年10月）全国の生協での募金総額

1,118万1,240円

2010年からの累計募金額は1億1,648万円に

3 支援でできること

子どもたちが楽しく学べる環境づくり
校長や教員、PTAメンバーに研修を行い、地域の人々が協力して学校を建設・運営します。

教師の育成
子どもたちがより楽しく効果的に学習できるように、教師を育成します。

安全な水の整備
清潔な水を提供するための施設を整備します。20年は2校に導入。

食べて守る

特集

世界の笑顔につながるコープ商品
COOP × SDGs

いわて生協は、これから10年の計画「2030年ビジョン」を策定し、取り組みをスタートしました。この計画では、だれもが安心して暮らせる地域・社会をめざし、その実現を通して、SDGsの達成に貢献していきます。そのひとつが、SDGsにつながる商品の利用を広げることです。今回は、世界の人々のサポートにつながる商品を紹介します。

買って支える

インドネシア・エビ養殖業改善プロジェクト

おいしいブラックタイガーをこれからも食べられるように、持続可能な養殖業へ

「インドネシア・エビ養殖業改善プロジェクト」に対して、コープのブラックタイガーを使用した商品の利用を通じて寄付をし、持続可能な養殖業への改善を支援しています。

※対象商品が本プロジェクトの対象養殖池で生産された原料を使用しているとは限りません。

インドネシア・スラウェシ島のファーマーのみなさん。

地形を生かしたブラックタイガーの養殖池。

ブラックタイガーが食べられなくなる?!

食べ応えのあるおいしいエビとして、家庭に浸透したブラックタイガー。しかし、その生産量は年々減少しています。

東南アジアにあるエビの養殖場は、整備のためにマングローブを伐採するなどした人工的な池が多く、豊かな自然環境が失われつつあります。また、養殖密度を高めて人工のエサを与える「集約養殖」という方法をとっており、管理が徹底できていないと、エビが病気になって全滅したり、産地全体に病気がまん延してしまうこともあります。

そんな中で注目されたのが、バナメイエビです。ブラックタイガーより小ぶりですが、病気に強く大量に収穫しやすいのが特長です。健康志向の高まりから世界的にエビの需要が高まり、価格も上昇していることから、バナメイエビに切り替える生産者が急増し、流通量も増加。このままでは、ブラックタイガーの生産者がいっそう減ってしまいます。

ASC認証をめざす産地を応援

これからもおいしいブラックタイガーを食べられるように、2019年から「エビ養殖業改善プログラム」が動きはじめました。自然環境や労働者・地域社会に配慮した、ASC認証の基準を満たすエビ養殖業への転換をめざし、日本生協連、WWFジャパン、WWFインドネシア、BOMAR社が協働で取り組みを進めています。

このプロジェクトでは、自然に近い環境でエビを育てる「粗放養殖」を行っています。「集約養殖」に比べて生産効率は低いものの、限りなく自然に近い環境で育てるため、病気の発生も少なくなります。

プロジェクトに参加するエビ生産者（ファーマー）さんたちは、「日本の皆さんに自分が育てたブラックタイガーを届けることができてとても光栄です」「このプロジェクトに参加して、持続可能な生産に向けて、新しい知識を得ることは、大変だがとても嬉しい」と話します。

おいしいブラックタイガーを食べて、インドネシアの生産者を応援しましょう。

co-op 大きなご馳走えびフライ おいしさのひみつ

超特々大サイズのえび

インドネシア産のブラックタイガーを使用。コープのえびフライの中でもっとも大きな「超特々大」サイズ！ご馳走メニューにぴったりです。

産地1回凍結で うまみがぎゅっ

水揚げしたえびは、氷漬けにして製造工場へ。生のまま殻むきや衣付けをして急速冷凍した「産地一回凍結」なので、素材のうま味が味わえます。

えびスープで衣に味付け

えびの頭をコトコト煮出したスープを、衣のつなぎとなるバッター液に使用。濃厚なえびのうま味が詰まったリッチな味わい。

対象商品

co-op 大きなご馳走えびフライ 冷凍

6尾（280g）本体価格1,280円（税込1,382円）

店舗：高松、西ヶ丘を除く各店水産コーナーで取り扱い

宅配：12月4週号でご案内

大きなご馳走えびフライは クリスマス予約でもご案内

ケーキからご馳走メニューまで、生協のおすすめ商品をとりそろえています。
店舗カタログをご覧ください。

1 粗放養殖マークのついた商品を購入

対象商品の一例

2 インドネシア・エビ養殖業改善協力金として1点当たり3円を寄付

3 インドネシアでの活動に使われます

養殖池周辺の環境改善をめざしたマングローブの再生

エビ生産者への持続可能なエビ養殖に関する研修

環境配慮型養殖に必要な水質検査

SDGs 未来につながる取り組み

前号で募集した、「くらしの中のSDGsや未来につながる取り組み」にはたくさんのおたよりが寄せられました。その一部をご紹介します。

食品ロス

●冷蔵庫をスマホで撮影してから買い物に行きます。（滝沢市30代）

●コロナ禍で、買い物が週1回に。献立を決めてから買うようにしたら、余らせることがなくなって節約にもなりました。（盛岡市40代）

●冷蔵庫の在庫チェックを心がけています。食べられる分だけ準備するようにしています。（盛岡市70代）

資源の節約

●子どもの送迎で車を使っています。迎えは歩きに切り替えて、20分くらいかけてお散歩しながら帰るようにしています。（北上市30代）

選んで買い物

●プラスチックごみを減らすために、個包装ではないお菓子を選んだり、飲み物は缶やびん入りを選ぶようにしています。（盛岡市30代）

助けあい

●コロナの中、助けあいが大切だと思い、生協のフードドライブや、ささえあい募金に参加しました。（陸前高田市50代）

ユニセフ募金

●アフガニスタンなど、大変な状況にある人たちの支援になればと募金しました。（久慈市30代）